

2. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера : Закон Респ. Беларусь, 05 мая 1998 г., № 141-З : в ред. Закона Респ. Беларусь от 10.07.2012 г. // Консультант Плюс : Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.

УДК 796 (154.4)

*Л. В. Марищук, А. В. Козыревский*  
*L. V. Marishchuk, A. V. Kozyrevski*

**О НЕКОТОРЫХ РЕЗУЛЬТАТАХ ИССЛЕДОВАНИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ФИЗИЧЕСКИХ  
И ПСИХИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ ИНСТИТУТА  
ПОГРАНИЧНОЙ СЛУЖБЫ**

**ABOUT FRONTIER GUARD INSTITUTE CADETS`  
PROFESSIONAL PHYSICAL AND PSYCHICAL IMPORTANT  
QUALITIES INVESTIGATION RESULTS**

*Аннотация.* В статье анализируются результаты исследования профессионально значимых физических и психических качеств курсантов Института пограничной службы. Представлены показатели анкетирования и тестирования уровня развития ряда психических процессов, физической и психологической подготовленности 504 испытуемых. Выявлены несформированность их эмоционально-волевой устойчивости и ниже среднего уровень физической и психологической подготовленности

*Summary.* Frontier guard institute cadets` professional important physical and psychical qualities investigation results are analyzed in this article. 504 examinees psychical processes, physical and psychological preparedness questioning and testing data presented. Cadets` not formed emotional voluntary stability and below the average level of physical and psychological preparedness revealed.

*Ключевые слова:* психическая подготовленность, эмоционально-волевая устойчивость, профессионально значимые физические и психические качества.

*Keywords:* physical and psychological preparedness, emotional-voluntary stability, professional important physical and psychical qualities.

Совершенствование процесса профессиональной, профессионально-должностной и боевой подготовки, формирования профессионально значимых качеств (далее – ПЗК), навыков и умений, необходимых для успешной профессиональной деятельности военнослужащих и сотрудников силовых ведомств; курсантов и слушателей обсуждается уже давно. Однако

ни в одном из силовых ведомств проблема физической и психологической подготовки военнослужащих для обеспечения их подготовленности к выполнению возложенных задач и функций не решена полностью [1–8].

В 2011–2013 годах, на базе Института пограничной службы (далее – ИПС), в котором осуществляется подготовка офицеров и переподготовка сотрудников, чья профессиональная деятельность осуществляется в напряженных условиях, было проведено исследование, состоящее из 4-х этапов.

На 1-м этапе было опрошено 504 курсанта факультета № 1 ИПС с помощью разработанной анкеты-опросника, в которой им предлагалось высказать свое мнение о физической и психологической подготовке, ответив на предложенные вопросы по 9-балльной шкале.

На втором этапе было проведено тестирование физической подготовленности указанных 504 курсантов стандартными методиками: «Челночный бег 10×10 м», «Подтягивание на перекладине из положения виса на руках», «Бег на 3 км» и «Комплексное упражнение на ловкость».

На 3-м этапе осуществлялась практическая проверка физической и психологической подготовленности курсантов к выполнению профессиональных приемов и действий в напряженных условиях. В основу определения подготовленности обучающихся было положено утверждение [5; 7], что комплексная оценка испытуемого до, в процессе и сразу после окончания выполнения специальных физических упражнений, требующих проявления смелости и решительности, является одним из достоверных экспериментальных методов изучения эмоционально-волевой устойчивости (далее – ЭВУ). С этой целью использовалась методика Б.Н. Смирнова, согласно которой испытуемый должен встать на край гимнастического стола высотой 1,5 м спиной вперед, руки по швам. По команде руководителя, не изменяя позы (не сгибая ноги в коленях, не поворачивая головы и туловища, не меняя стойку «Смирно»), упасть на руки страхующих спиной вперед [9].

На 4-м этапе, было проведено тестирование внимания, памяти и мышления, являющихся профессионально значимыми в деятельности пограничников.

Представленные в таблице 1 результаты свидетельствуют о понимании обучающимися значимости физической подготовленности (средняя оценка  $7,84 \pm 0,08$  балла) в успешности профессиональной деятельности по охране Государственной границы и согласуются с результатами ранжирования, полученными в профессиографическом исследовании, проведенном нами в подразделениях границы.

Таблица 1 – Оценка курсантами значимости физических качеств, для успешности профессиональной деятельности пограничника

Физическое качество	Курсанты (n=504)	
	Ранг. место	Оценка
Выносливость	1	8,29±0,04
Быстрота	2	8,13±0,04
Ловкость	3	7,88±0,04
Сила	4	7,81±0,06
Гибкость	5	7,12±0,06

Уровень своей физической подготовленности курсанты оценили 6,88±0,06 баллами – ( $P<0,05$ ). Еще более низкие результаты (рисунок 1) показала проверка уровня их общей физической подготовленности (далее – ОФП). ОФП курсантов 5-го курса имеет значимые различия с результатами ее тестирования на 1-м курсе ( $P<0,001$ ); на 2 курсе ( $P<0,01$ ); на 3-м курсе ( $P<0,05$ ); значимых различий с результатами на 4-м курсе не выявлено. Хуже всего, независимо от года обучения, развита у курсантов «выносливость» – основное ПЗФК пограничника, значимость которого высоко оценена самими обучающимися.

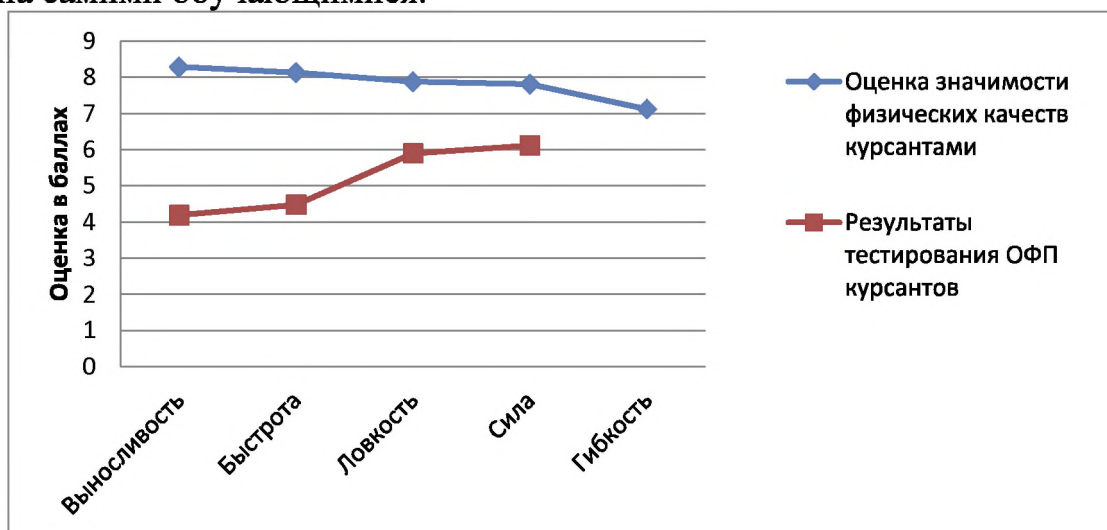


Рисунок 1 – Сопоставление оценок значимости и результатов тестирования развития физических качеств

Профессиональная деятельность пограничников предъявляет повышенные требования к работоспособности, устойчивости основных жизнеобеспечивающих систем организма, поэтому оценивались функциональное состояние и работоспособность (таблица 2).

Для успешного несения службы в различных видах пограничных нарядов и выполнения других мероприятий оперативно-служебной деятельности важную роль играют сформированные прикладные навыки и умения (таблица 3), что понимают курсанты. Роль и место прикладных двигательных навыков и умений в успешности профессиональной деятельности пограничника оценены в 7,60±0,06 баллов (за исключением пла-

вания). На 1-е, 3-е и 4-е места по значимости, респонденты поставили навыки и умения, успешность реализации которых, связана с ЭВУ, но и сами они являются необходимыми элементами и условиями ее совершенствования.

Таблица 2 – Результаты тестирования функционального состояния и работоспособности

Показатели	Курсанты (n=120)	
	М	m
Частота сердечных сокращений	70,05	0,74
Артериальное давление (Систолическое)	119,86	0,98
Артериальное давление (Диастолическое)	75,95	0,49
Проба Штанге	1,24	0,11
Проба Генчи	0,34	0,02
Проба Руфье	0,53	0,02
Тест оценки физической работоспособности (PWC 170)	15,36	0,31

Таблица 3 – Самооценка значимости навыков и умений, необходимых для успешного несения службы

Навыки и умения	Курсанты (n=504)	
	Ранг. место	Оценка
Быстрая оценка обстановки и решительность в условиях дефицита времени	1	8,26±0,06
Рукопашный бой	2	7,97±0,06
Контроля и самоконтроля	3	7,88±0,06
Регуляции эмоционального напряжения	4	7,76±0,06
Ускоренное передвижение	5	7,74±0,06
Преодоления препятствий	6	7,60±0,06
Передвижения на лыжах	7	7,02±0,06
Плавание	8	6,57±0,06

В этой связи интерес представляют результаты оценки курсантами значимости специальной физической подготовленности (далее – СФП) для совершенствования навыков и умений, необходимых для последующей службы (таблица 4).

Таблица 4 – Оценка курсантами значимости разделов (тем) СФП для последующей службы

Раздел (тема) СФП военнослужащих	Курсанты (n=504)	
	Ранг. место	Оценка
Рукопашный бой	1	7,86±0,06
Ускоренное передвижение	2	7,60±0,06
Преодоления препятствий	3	7,57±0,06
Гимнастика и атлетическая подготовка	4	7,35±0,06
Спортивные и подвижные игры	5	7,17±0,06
Лыжная подготовка	6	6,87±0,06
Плавание	7	6,64±0,06

Средняя оценка  $7,29 \pm 0,06$  баллов демонстрирует понимание курсантами высокой значимости СФП. Некоторая недооценка лыжной подготовки и плавания не снижает их реальной значимости для военнослужащих ОПС, т. к. 1/10 протяженности Государственной границы проходит по рекам и озерам, а несение службы в зимнее время осуществляется с использованием лыжного инвентаря. Низкие температуры, наличие снежного покрова требуют проявления не только физической (владение прикладными навыками и умениями), но и психологической подготовленности (ЭВУ).

Результаты тестирования СФП курсантов (средняя оценка  $5,10 \pm 0,14$  балла) обнаружили более низкий уровень владения прикладными навыками и умениями (таблица 5) по сравнению с самооценками владения и тем более оценками значимости разделов СФП. Последнее свидетельствует о необходимости изыскания путей и способов совершенствования прикладных навыков и умений.

Вышеизложенное позволяет утверждать, что в целом курсанты понимают роль и значимость физической подготовленности для успешности профессиональной деятельности, однако не уделяют должного внимания своей физической подготовке.

Очевидно, что двух полуторачасовых занятий в неделю явно не достаточно для совершенствования физической подготовленности, требуется регулярное самостоятельное выполнение физических упражнений, что формирует волевые качества и закаляет характер, активное участие в спортивно-массовой работе, не ограничивающееся ролью «зрителя». Сформированные прикладные навыки и умения, специальная физическая подготовленность вселяют уверенность в своих силах и способствуют формированию ЭВУ.

Таблица 5 – Результаты тестирования СФП (по десятибалльной шкале)

Разделы (темы) СФП военнослужащих	Курсанты (n=120)	
	М	m
Рукопашный бой	5,66	0,13
Марш-бросок на 5 км	6,10	0,15
Преодоления препятствий	4,27	0,15
Подъем переворотом на перекладине	5,62	0,15
Лыжная гонка на 5 км	4,08	0,15
Плавание 100 м	5,68	0,13
Нырание в длину	4,31	0,13

Интерес представляют и результаты оценки обучающимися различных аспектов психологической подготовки. Ответы на вопрос: «Какие экстремальные факторы профессиональной деятельности встречались наиболее часто?» – представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Оценка курсантами условий осуществления профессиональной деятельности

Условия осуществления профессиональной деятельности	Курсанты (n=504)	
	Ранг. место	Оценка
Высокая моральная и юридическая ответственность	1	6,57±0,06
Ночные условия	2	6,26±0,06
Нарушение режима дня и ночи	3	6,07±0,06
Сложные погодные условия	4	5,97±0,06
Новые и необычные условия несения службы	5	5,95±0,06
Высокая физическая нагрузка	6	5,72±0,06
Высокое психическое напряжение	7	5,22±0,06
Насекомые	8	4,84±0,06
Дикие и опасные животные	9	4,75±0,06

Эти условия указывают на психогенный характер профессиональной деятельности пограничников, что определяет необходимость организации и проведения их специальной психологической подготовки, направленной на снижение психического напряжения, освоения навыков и умений контроля и самоконтроля психических состояний. На вопрос: «Как часто встречались экстремальные факторы профессиональной деятельности?» – курсанты, прошедшие стажировку в подразделениях границы, ответили: «Ежедневно» – 50 курсантов (9,9 %); «Через день» – 51 обучающийся (10,1 %); «Два-три раза в неделю» – 89 оптантов (17,7 %); «Один раз в неделю» – 84 респондента (16,7 %); «Один раз в две-три недели» – 104 военнослужащих (20,6 %); «Один раз в месяц» – 72 пограничника (14,3 %) и «Реже, чем один раз в месяц» – 54 испытуемых (10,7 %). Разброс в ответах испытуемых, полагаем, связан в первую очередь со спецификой расположения, удаленностью, особенностями охраняемого участка каждой пограничной заставы, поста.

Параллельно с тестированием ОФП и СФП 120 курсантов 2 курса были подвергнуты психологическому тестированию (таблица 7).

В целом все оценки находятся в диапазоне средних величин, ближе к нижней его границе. Наиболее высокими являются результаты тестирования ЗП, значимо уступают им результаты по тестам КП (слова и числа) ( $P < 0,05$ ) и тем более ОП. Оценки таких свойств внимания, как распределение и переключение (по К-Чт), находятся на среднем уровне, а оценки его устойчивости и концентрации (Ландольт) значимо им уступают ( $P < 0,05$ ). Результаты выполнения тестов на мышление невысоки, исключение составляет ОЗ, полагаем, вследствие того, что помимо оценки мышления тест ориентирован на оценку оперативной памяти и внимания. Невысокие в целом результаты психологического тестирования объясняются, скорее всего, стрессогенной обстановкой его проведения, что еще раз подтверждает необходимость формирования ЭВУ.

Таблица 7 – Результаты психологического тестирования

Диагностическая методика (из 9 баллов)	Курсанты (n=120)	
	М	m
Красно-черные таблицы (далее – К-Чт)	5,66	0,17
Корректирующая проба с кольцами (Ландольт)	3,17	0,11
Кратковременная память (далее – КП), числа	5,23	0,13
КП, слова	6,05	0,09
Зрительная память (далее – ЗП)	7,38	0,17
Оперативная память (далее – ОП)	4,18	0,19
Отыскание закономерностей (далее – ОЗ)	4,99	0,11
Прогрессивные матрицы Равена (Равен)	3,48	0,13
Анализ отношения понятий (далее – АОП)	4,50	0,17
Тест комбинаторных действий (Комбинаторика)	4,07	0,17
Решение арифметических примеров: количество решенных примеров / количество ошибок	13,05/ 3,27	0,52/ 0,24
Ассоциации (далее – А)	3,24	0,26
Сложные ассоциации (далее – СА)	3,87	0,17
Логичность (далее – Л)	3,87	0,11

По результатам анкетирования курсанты оценили достаточно высоко уровень своей психологической подготовленности к деятельности в напряженных условиях –  $7,45 \pm 0,04$  балла. Несколько ниже  $6,63 \pm 0,04$  балла, они оценили решение задач психологической подготовки в ИПС, одновременно отметив  $7,20 \pm 0,06$  баллами успешность их решения на занятиях по физической подготовке. Выявленное обстоятельство подчеркивает актуальность организации и проведения специальной психологической подготовки пограничников с активным использованием средств и методов физической подготовки. Заявленный уровень психологической подготовленности ( $7,45 \pm 0,04$  балла) значимо выше ( $P < 0,01$ ) средней самооценки выполнения профессиональных действий в напряженных условиях ( $6,67 \pm 0,06$ ). Курсанты оценили свою способность задержать нарушителя, вооруженного ножом –  $6,75 \pm 0,06$  баллами; пытающегося скрыться вплавь –  $6,84 \pm 0,06$  баллами; выполнить преследование на лыжах в сложных погодных условиях –  $6,43 \pm 0,06$  баллами. Практическая проверка уровня развития ЭВУ [9] показала еще более низкий уровень обсуждаемого качества –  $4,67 \pm 0,11$  балла, что косвенно подтверждается результатами психологического тестирования. Важно то, что курсанты понимают необходимость совершенствования ЭВУ, средствами и методами физической подготовки –  $7,63 \pm 0,04$  балла, выражают желание освоить методику совершенствования ЭВУ –  $7,65 \pm 0,06$  балла и намерение использовать ее после выпуска в ОПС –  $7,48 \pm 0,06$  балла.

Представленные результаты подтверждают необходимость совершенствования физической и психологической подготовки, демонстрируя

несформированность ЭВУ курсантов ИПС, обусловившую невысокие показатели тестирования ОФП, СФП.

В связи с вышеизложенным актуальным остается вопрос обоснования, разработки, апробации и внедрения технологии формирования ЭВУ в процессе сопряженной физической и психологической подготовки пограничников.

#### **Библиографический список**

1. Ашкинази, С.М. Вопросы теории и практики рукопашного боя в Вооруженных Силах Российской Федерации / С.М. Ашкинази ; под ред. В.Л. Марищука. – СПб. : ДКВИФК, 2001. – 248 с.

2. Батури́н, А.Е. Развитие личностных свойств и физических качеств при обучении военнослужащих рукопашному бою : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04 / А.Е. Батури́н; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб., 2006. – 19 с.

3. Гайдук, С.А. Технология формирования волевых качеств в процессе профессионально-прикладной физической подготовки : монография / С.А. Гайдук, Л.В. Марищук. – Минск : Минский гос. высш. радиотех. колледж, 2007. – 200 с.

4. Логинов, О.Н. Формирование у курсантов общевойскового вуза методических умений в проведении психологической подготовки с будущими подчиненными с применением физических упражнений : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04 / О.Н. Логинов ; С.- Петерб. гос. ун-т. – СПб., 2001. – 25 с.

5. Марищук, В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.

6. Марищук, Л.В. Психология : пособие /Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова. – Минск : Тесей, 2013. – 777 с.

7. Саракул, А.Г. Психологическая подготовка личного состава подразделений специального назначения путем применения физических упражнений, сочетаемых с приемами психоэмоционального самоуправления : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04 / А.Г. Саракул ; Воен. ин-т физ. культуры. – СПб., 2005. – 20 с.

8. Шукан, С.В. Повышение уровня физической подготовленности курсантов учреждений образования министерства внутренних дел Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С.В. Шукан; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск, 2012. – 25 с.

9. Ильин, Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2000. – 288 с.